

# Ementa do Refeitório D. Dinis

R12

Semana – 02 a 06 de dezembro de 2024

## Segunda-Feira (02-12-2024)

**Sopa:** Creme de favas c/ nabiça.

**Prato:** Massinha de peixe, salada de alface, beterraba e pepino.

**Prato Veg:** Massinha de lentilhas c/ legumes e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



## Terça-Feira (03-12-2024)

**Sopa:** Couve branca.

**Prato:** Bife de vitela de cebolada c/ puré de cenoura, salada de alface, tomate e agrião.

**Prato Veg:** Legumes chineses de cebolada c/ puré de cenoura e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



## Quarta-Feira (04-12-2024)

**Sopa:** Espinafres.

**Prato:** Arroz de atum c/ legumes, salada alface, milho e rúcula.

**Prato Veg:** Rolinhos de primavera de vegetais c/ arroz e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



## Quinta-Feira (05-12-2024)

**Sopa:** Curgete c/ alface.

**Prato:** Jardineira de frango, salada de couve roxa, cenoura e agrião.

**Prato Veg:** Jardineira de soja c/ vegetais e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



## Sexta-Feira (06-12-2024)

**Sopa:** Beringela.

**Prato:** Choco estufado c/ cogumelos, arroz de ervilhas, salada de alface, pepino e pimento.

**Prato Veg:** Risoto de ervilhas, cogumelos, cenoura, açafrão e salada.

**Sobremesa:** Fruta da época.



\* A ementa pode ser sujeita a alterações

  
O Diretor  
Manuel Nora

**Data**  
15 de novembro 2024